

## Handball – Gardien: Dos au mur

Le gardien doit faire face à des tirs provenant de plusieurs endroits. Il améliore ainsi ses capacités de réaction et d'anticipation.



Les tireurs (sept à huit) se tiennent dos à la zone. Au signal de l'enseignant, le premier se retourne, effectue un tir tombé, à droite ou à gauche. Le gardien tente d'arrêter le plus de tirs possibles. Après son essai, le tireur exécute une tâche annexe avant de retenter sa chance (pour éviter les attentes).

**Indication:** Aussi possible avec une autre forme de tir si les élèves ne le maîtrisent pas encore.

---

Source: Gautschi, R. (2006). Cahier pratique «mobile» 22/2006: Handball. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**